Tratamiento Nutricional de la Diabetes Mellitus – Qué Debo Comer

Quien este buscando productos nutricionales para diabéticos mellitus, pronto se topará con estantes vacíos: a finales de 2017, los alimentos nutricionales para diabéticos desaparecerán progresivamente de la gama. Esta es una buena razón, porque los nuevos descubrimientos científicos han demostrado que los productos alimenticios para diabéticos no tienen ninguna ventaja positiva para los afectados, sino que más bien tienen un efecto perjudicial.Tratamiento Nutricional de la Diabetes

Muchos pacientes con diabetes estaban acostumbrados a usar productos nutricionales para estimar la cantidad de carbohidratos.

Con un cambio en el estilo de vida, la diabetes mellitus, en particular, puede retrasarse y mejorar la calidad de vida.

Especialmente en las primeras etapas del desarrollo, a menudo todavía es posible llevar la concentración de azúcar en la sangre al rango normal a largo plazo mediante una dieta completa en combinación con la actividad física y la pérdida de peso simultaneamente. Un cambio en la dieta, la actividad física regular, una reducción del sobrepeso y la prevención del tabaquismo son la base para el tratamiento de la diabetes mellitus, que afecta al 90% de los diabéticos en México.

En concreto, esto significa:

Apuntar a tener un peso normal

la obesidad no sólo beneficia a la diabetes mellitus, sino también a los trastornos del metabolismo de los lípidos y la hipertensión arterial. Especialmente las almohadillas de grasa en el abdomen aumentan el riesgo.

Haga clic aquí para leer todo el artículo